

# Gesundheitliche Risikofaktoren

## Einleitung

Gesundheit und Wohlbefinden unterliegen den unterschiedlichsten Einflüssen, wobei die im Zusammenhang mit Gesundheitsbeeinträchtigungen, Behinderungen, Erkrankungen oder Tod stehenden Einflüsse als Risikofaktoren bezeichnet werden. Risikofaktoren sind Eigenschaften, Zustände oder Verhaltensweisen, die die Wahrscheinlichkeit für den Erwerb einer Krankheit oder für eine Verletzung erhöhen. Risikofaktoren werden oft individuell und einzeln aufgeführt, treten in der Praxis jedoch nur selten alleine auf. Oftmals liegen mehrere sich gegenseitig beeinflussende Risikofaktoren vor. So führt ein Mangel an körperlicher Aktivität im Laufe der Zeit zu Gewichtszunahme, hohem Blutdruck und erhöhtem Cholesterinspiegel. Gemeinsam führen diese Risikofaktoren zu einer signifikanten Steigerung der Wahrscheinlichkeit für die Entwicklung einer chronischen Herzerkrankung und anderer Gesundheitsprobleme. Die Zunahme des Anteils älterer Menschen an der Gesamtbevölkerung und die zunehmende Lebenserwartung haben zu einem Anstieg von behandlungsaufwendigen Langzeiterkrankungen (chronischen Erkrankungen) und Behinderungen geführt.

Es besteht eine zunehmende Nachfrage nach Gesundheitsversorgung, die die Branche unter wachsenden Budgetdruck zwingt, der nicht immer erfüllt wird. Wir als Gesellschaft und Nutzer des Gesundheitswesens müssen unbedingt die Ursachen und Risikofaktoren von Erkrankungen kennen und verstehen, um aktiv an den verfügbaren kostengünstigen Präventions- und Behandlungsprogrammen teilnehmen zu können.

Grundsätzlich können Risikofaktoren den folgenden Kategorien

zugeordnet werden:

- Verhaltensbezogen
- Physiologisch
- Bevölkerungsstatistisch
- Umgebungsbedingt
- Genetisch

Diese Kategorien werden nachstehend detailliert beschrieben.

## **Arten von Risikofaktoren**

### **Verhaltensbezogene Risikofaktoren**

Verhaltensbezogene Risikofaktoren stehen üblicherweise in einem Zusammenhang mit Aktivitäten, für die sich die jeweilige Person bewusst entschieden hat. Sie können daher durch Änderung der Lebensweise oder des individuellen Verhaltens eliminiert oder reduziert werden. Beispiele für derartige Risikofaktoren sind:

- Tabakkonsum
- Übermäßiger Alkoholkonsum
- Falsche Ernährung
- Mangel an körperlicher Aktivität
- Übermäßiger Aufenthalt in der Sonne ohne entsprechenden Schutz
- Verweigerung bestimmter Impfungen
- Ungeschützter Geschlechtsverkehr

### **Physiologische Risikofaktoren**

Physiologische Risikofaktoren sind solche, die in einem Zusammenhang mit dem Körperbau oder der Körperbiologie einer Person stehen. Diese können durch eine Kombination genetischer, durch die Lebensweise bedingter und diverser anderer Faktoren beeinflusst werden. Beispiele für derartige Risikofaktoren sind:

- Übergewicht oder Fettleibigkeit
- Hoher Blutdruck
- Hoher Cholesterinspiegel
- Hoher Blutzuckerspiegel

## **Bevölkerungstatistische Risikofaktoren**

Bevölkerungstatistische Risikofaktoren sind solche, die in einem Zusammenhang mit der Gesamtbevölkerung stehen. Beispiele für derartige Risikofaktoren sind:

- Alter
- Geschlecht
- Zugehörigkeit zu einer Untergruppe der Bevölkerung, beispielsweise einer bestimmten Berufsgruppe, Religion oder Einkommensklasse

## **Umgebungsbedingte Risikofaktoren**

Umgebungsbedingte Risikofaktoren sind vielfältiger Natur; sie decken beispielsweise soziale, ökonomische, kulturelle und politische Einflüsse, aber auch physikalische, chemische und biologische Faktoren ab. Beispiele für derartige Risikofaktoren sind:

- Zugang zu sauberem Wasser und sanitären Einrichtungen
- Risiken am Arbeitsplatz
- Luftverschmutzung
- Soziales Umfeld

## **Genetische Risikofaktoren**

Genetische Risikofaktoren basieren auf den Genen einer Person. Bestimmte Erkrankungen wie Mukoviszidose und Muskeldystrophie sind ausschließlich auf die „genetische Ausstattung“ des Erkrankten zurückzuführen. Viele andere Erkrankungen wie Asthma oder Diabetes spiegeln die Wechselwirkung zwischen den Genen des Individuums und umgebungsbedingten Faktoren wieder.

Andere Erkrankungen wie die Sichelzellenanämie sind in bestimmten Untergruppen der Allgemeinbevölkerung weiter verbreitet als in anderen.

## **Globale Mortalitätsrisiken und demografische Faktoren**

Die globale Gesamtzahl der Todesfälle mit beliebiger Ursache lag 2004 bei 59 Millionen Menschen.

Die nachstehende Tabelle zeigt die zehn häufigsten Risikofaktoren, auf die nach Angaben der Weltgesundheitsorganisation (WHO) ein großer Teil der Gesamtzahl der Todesfälle 2004 zurückzuführen ist. Die sechs führenden Risikofaktoren sind sämtlich mit der potenziellen Entwicklung von Langzeiterkrankungen wie Herzerkrankungen, Diabetes und Krebs verbunden.

Tabelle: Zahlen der WHO zu den 10 weltweit führenden Mortalitätsrisiken (2004)

| <b>Platz</b> | <b>Risikofaktor</b>              | <b>Prozentualer Anteil an allen Todesfällen</b> |
|--------------|----------------------------------|---|
| 1            | Hoher Blutdruck                  | 12.8  |
| 2            | Tabakkonsum                      | 8.7   |
| 3            | Hoher Blutzuckerspiegel          | 5.8   |
| 4            | Mangel an körperlicher Aktivität | 5.5   |
| 5            | Übergewicht und Fettleibigkeit   | 4.8   |
| 6            | Hoher Cholesterinspiegel         | 4.5   |

|    |  |     |
|----|--|-----|
| 7  | Ungeschützter Geschlechtsverkehr                   | 4.0 |
| 8  | Alkoholmissbrauch                                  | 3.8 |
| 9  | Untergewicht in der Kindheit                       | 3.8 |
| 10 | Raumluftbelastung durch Rauch von Festbrennstoffen | 3.0 |

Die Platzierung in der Tabelle variiert mit dem Einkommen und anderen demografischen Faktoren.

## Einkommen

In Ländern mit hohem und mittlerem Einkommen sind die häufigsten Risikofaktoren solche, die im Zusammenhang mit Langzeiterkrankungen stehen, wohingegen in Ländern mit niedrigem Einkommen Faktoren wie Fehlernährung in der Kindheit und ungeschützter Geschlechtsverkehr deutlich weiter verbreitet sind.

## Alter

Risikofaktoren unterliegen altersabhängigen Veränderungen. Manche Risikofaktoren betreffen nahezu ausschließlich Kinder, beispielsweise Fehlernährung oder Raumluftbelastung durch Rauch von Festbrennstoffen. Bei Erwachsenen bestehen deutliche altersabhängige Unterschiede:

- Ungeschützter Geschlechtsverkehr und suchterzeugende Substanzen (z. B. Tabak und Alkohol) sind für das Gros der Gesundheitsprobleme jüngerer Erwachsener verantwortlich.
- Risikofaktoren für Langzeiterkrankungen und Krebs betreffen in der Hauptsache ältere Erwachsene.

## Geschlecht

Zudem bestehen geschlechtsabhängige Unterschiede. Beispielsweise besteht bei Männern eine deutlich höhere Wahrscheinlichkeit für das Auftreten von im Zusammenhang mit suchterzeugenden Substanzen stehenden Risikofaktoren. Frauen wiederum neigen zu Eisenmangel in der Schwangerschaft.

## Reduktion der Exposition gegenüber Risikofaktoren

Eine Reduktion des Ausmaßes, in der man Risikofaktoren ausgesetzt ist (Exposition), würde zu einer deutlichen Verbesserung der Gesundheit in aller Welt und einer Steigerung der Lebenserwartung um viele Jahre führen. Dies würde in der Folge wiederum die Kosten für das Gesundheitssystem senken. Das Datenblatt des SCORE-Projekts beispielsweise illustriert deutlich, welche dramatischen Einflüsse Risikofaktoren auf die Gesundheit und die Lebenserwartung haben.

## Quellenangaben

1. World Health Organisation (2009). *Global health risks: Mortality and burden of disease attributable to selected major risks*. Geneva: World Health Organization. Retrieved 12 July, 2021, from: [https://www.who.int/healthinfo/global\\_burden\\_disease/GlobalHealthRisks\\_report\\_full.pdf](https://www.who.int/healthinfo/global_burden_disease/GlobalHealthRisks_report_full.pdf)
2. Australian Institute of Health and Welfare (2015). *Risk factors to health*. Retrieved June 23, 2015, from <http://www.aihw.gov.au/risk-factors/>

## Anlagen

- Datenblatt: Das SCORE-Projekt

Size: 201,949 bytes, Format: .docx

Dieses Datenblatt verwendet das SCORE-Projekt, um zu illustrieren, welche dramatischen Einflüsse Risikofaktoren auf die Gesundheit und die Lebenserwartung haben und wie die Einflüsse, die diese Risikofaktoren auf die Gesundheit und das Wohlbefinden haben, aktiv reduziert werden können.

- **Gesundheitliche Risikofaktoren**

Size: 378,934 bytes, Format: .pptx

Erfahren Sie mehr über gesundheitliche Risikofaktoren.

A2-1.01-V1.2